

2025

DÉCEMBRE

# PLATEFORME DE REPIT BULLE D'AIR

lundi

mardi















mercredi


jeudi

vendredi

samedi

dimanche

 <p>01</p> <p><b>YOGA SUR CHAISE</b> DUNIERES 14 h</p>	<p>02</p>	 <p>03</p> <p><b>DEGUSTATION DE VINS</b> Cave la Sérigoule - TENCE 14 h 30</p>	 <p>04</p> <p><b>MASSAGE INDIVIDUEL</b> ARAULES 13 h 30 APRES-MIDI CARTES Sur Place possible <b>PRESENTATION BULLE D'AIR</b>  MONISTROL 18 h</p>	 <p>05</p> <p><b>SPA (jaccuzzi, sauna...)</b> YSSINGEAUX 10 h - 12 h</p>	 <p>06</p> <p><b>CAFE DES AIDANTS</b> <i>"mes démarches au</i> Bar le Solirel - DUNIERES 9 h 30 - 11 h Bar le Solirel - DUNIERES</p>	 <p>07</p> <p><b>MARCHE DE NOEL</b> TENCE 9 h - 18 h <i>dégustation huitres et</i> <i>commande de</i> <i>9 h 30 à 14 h</i></p>
 <p>08</p> <p><b>REPAS DE NOEL</b> Accueil de jour / Bulle d'air TENCE 10 h - 16 h</p>	<p>09</p>	<p>10</p>	<p>11</p> <p><b>VENEZ SUR VOTRE 31</b> TENCE 12 h - 17 h</p> 	 <p>12</p> <p><b>GYM DOUCE</b> Espace remise en forme TENCE (stade Jo Maso) 11 h à 12 h</p>	<p>13</p>	<p>14</p>
<p>15</p>	<p>16</p>	<p>17</p>	 <p>18</p> <p><b>MUSICOTHÉRAPIE</b> TENCE 10 h - 12 h</p>	 <p>19</p> <p><b>AQUAGYM / SPA</b> MONISTROL 9 h 45 - 12 h</p>	<p>20</p>	<p>21</p>
<p>22</p>	<p>23</p>	<p>24</p>	 <p>25</p> <p><b>PAUSE DES AIDANTS</b> Manago MONISTROL 14 h</p>	 <p>26</p> <p><b>CAFE DES AIDANTS</b> <i>"Faire sa part, toute sa part et</i> <i>que sa part"</i> Centre socio culturel ST AGREVE 10 h - 12 h</p>	<p>27</p>	<p>28</p>
<p>29</p>	<p>30</p>	<p>31</p>	<p>01</p>	<p>02</p>	<p>03</p>	<p>04</p>

 Aidants

 Aidés

**Avant toute activité et pour plus de renseignements, merci de nous appeler au 07 84 89 15 72**